



Crostini à la patate douce

Les patates douces remplacent les rondelles et sont un réceptacle plus sain pour du fromage ricotta à la muscade et des canneberges grillées.

Donne 24 portions

Ingrédients

Patates douces coupées en 24 rondelles de 0,6 cm.

1 c. à soupe d'huile d'olive
Sel et poivre, au goût

Pour rôtir les canneberges :
2½ tasses de canneberges, fraîches ou congelées

2 c. à soupe de miel
4 brins de thym frais
2 c. à thé de zeste de citron

Pour le fromage ricotta aux épices :
1 tasse de fromage ricotta
¼ cuillère à thé de muscade moulue
1/8 cuillère à café de cannelle moulue
1/8 c. à thé de sel

Étapes

1. Préchauffer le four à 425 °F.
2. Mélanger les patates douces avec l'huile d'olive. Disposez-les sur une plaque à pâtisserie recouverte de papier sulfurisé. Saupoudrer de sel et de poivre. Faites rôtir pendant 15 minutes.
3. Pendant que les patates douces cuisent, préparez les canneberges. Dans un plat de cuisson moyen tapissé de papier parchemin, mélanger les canneberges avec le miel, le zeste de citron et le thym.
4. Après 15 minutes de cuisson, retournez les rondelles de patate douce et remettez-les au four, avec les canneberges.
5. Faire cuire pendant encore 10 à 15 minutes, jusqu'à ce que les patates douces soient bien cuites et que les canneberges soient tendres. (Remarque : Les canneberges congelées auront besoin d'au moins 5 minutes supplémentaires).
6. Pendant que les patates douces et les canneberges cuisent, préparer le fromage ricotta aux épices. Mélanger le fromage ricotta avec la noix de muscade, la cannelle et le sel.
7. Pour servir, déposez un peu de fromage ricotta épicé sur une rondelle de patate douce et garnissez-le de quelques canneberges grillées.

Informations nutritionnelles

43 Calories | 5 g Glucides | 2 g Lipides | 1 g Saturés | 1 g Fibres | 1 g Protéines | 27 mg Sodium | 3 g Sucre

Source : www.sweetpeasandsaffron.com